

Nazwa kwalifikacji: **Świadczenie usług w zakresie masażu**
Oznaczenie kwalifikacji: **Z.01**
Wersja arkusza: **X**

Z.01-X-19.01
Czas trwania egzaminu: **60 minut**

EGZAMIN POTWIERDZAJĄCY KWALIFIKACJE W ZAWODZIE
Rok 2019
CZĘŚĆ PISEMNA

Instrukcja dla zdającego

1. Sprawdź, czy arkusz egzaminacyjny zawiera 9 stron. Ewentualny brak stron lub inne usterki zgłoś przewodniczącemu zespołu nadzorującego.
2. Do arkusza dołączona jest KARTA ODPOWIEDZI, na której w oznaczonych miejscach:
 - wpisz oznaczenie kwalifikacji,
 - zamaluj kratkę z oznaczeniem wersji arkusza,
 - wpisz swój numer PESEL*,
 - wpisz swoją datę urodzenia,
 - przyklej naklejkę ze swoim numerem PESEL.
3. Arkusz egzaminacyjny zawiera test składający się z 40 zadań.
4. Za każde poprawnie rozwiązane zadanie możesz uzyskać 1 punkt.
5. Aby zdać część pisemną egzaminu musisz uzyskać co najmniej 20 punktów.
6. Czytaj uważnie wszystkie zadania.
7. Rozwiązania zaznaczaj na KARCIE ODPOWIEDZI długopisem lub piórem z czarnym tuszem/atramentem.
8. Do każdego zadania podane są cztery możliwe odpowiedzi: A, B, C, D. Odpowiada im następujący układ kratek w KARCIE ODPOWIEDZI:

A	B	C	D
---	---	---	---

9. Tylko jedna odpowiedź jest poprawna.
10. Wybierz właściwą odpowiedź i zamaluj kratkę z odpowiadającą jej literą – np., gdy wybrałeś odpowiedź „A”:

<input checked="" type="checkbox"/>	B	C	D
-------------------------------------	---	---	---

11. Staraj się wyraźnie zaznaczać odpowiedzi. Jeżeli się pomylisz i błędnie zaznaczysz odpowiedź, otocz ją kółkiem i zaznacz odpowiedź, którą uważasz za poprawną, np.

<input checked="" type="checkbox"/>	B	C	<input checked="" type="checkbox"/>
-------------------------------------	---	---	-------------------------------------

12. Po rozwiązaniu testu sprawdź, czy zaznaczyłeś wszystkie odpowiedzi na KARCIE ODPOWIEDZI i wprowadziłeś wszystkie dane, o których mowa w punkcie 2 tej instrukcji.

Pamiętaj, że oddajesz przewodniczącemu zespołu nadzorującego tylko KARTĘ ODPOWIEDZI.

Powodzenia!

* w przypadku braku numeru PESEL – seria i numer paszportu lub innego dokumentu potwierdzającego tożsamość

Zadanie 1.

Przy ustalonych ramionach funkcji mięśnia wdechowego **nie pełni** mięsień

- A. zębaty przedni.
- B. piersiowy większy.
- C. piersiowy mniejszy.
- D. poprzeczny klatki piersiowej.

Zadanie 2.

Skurcz części poprzecznej mięśnia czworobocznego powoduje

- A. cofanie łopatki do kręgosłupa.
- B. pociągnięcie żeber ku tyłowi.
- C. przywiedzenie ramienia.
- D. uniesienie barku.

Zadanie 3.

Receptory informujące o ułożeniu ciała i stanie napięcia mięśni to

- A. telereceptory.
- B. interoreceptory.
- C. proprioceptory.
- D. eksteroreceptory.

Zadanie 4.

Unerwienie czuciowe skóry twarzy zapewniają włókna nerwu

- A. dodatkowego.
- B. trójdzielonego.
- C. twarzowego.
- D. błędnego.

Zadanie 5.

Przeciwwskazaniem do masażu segmentarnego w chorobach żołądka jest

- A. zaburzenie czynności wydzielniczej żołądka.
- B. zaburzenie napięcia ścian żołądka.
- C. przewlekły nieżyt żołądka.
- D. ropień żołądka.

Zadanie 6.

Wskazaniem do wykonania masażu klasycznego w chorobach układu oddechowego jest

- A. okres napadowy astmy.
- B. przewlekły nieżyt oskrzeli.
- C. wysiękowe zapalenie opłucnej.
- D. okres narastania wysięku w płatowym zapaleniu płuc.

Zadanie 7.

Manualny drenaż limfatyczny to zabieg, który

- A. jest przeciwwskazany w obrzęku lipidowym.
- B. powinien być zawsze wspomagany kompresjoterapią.
- C. jest wskazany w leczeniu dolegliwości bólowych brzucha w trakcie menstruacji.
- D. powinien być wspomagany kompresjoterapią i terapią ułożeniową w leczeniu obrzęku białkowego.

Zadanie 8.

Chwył piłowania dużego, stosowany przy segmentarnym opracowaniu grzbietu i kręgosłupa, **nie wywoł**

- A. szybkiego przekrwienia miejscowego poprzez wpływ na naczynia krwionośne.
- B. poprawy trofiki tkanek objętych masażem.
- C. zmniejszenia napięcia w tkance łącznej.
- D. zwiększenia napięcia mięśni.

Zadanie 9.

Chwył pompujący, stosowany w drenażu limfatycznym, ma przede wszystkim spowodować w masowanych tkankach efekt

- A. rozluźniający i przeciwbólowy.
- B. rozluźniający i przepychający.
- C. pobudzający i przepychający.
- D. pobudzający i rozgrzewający.

Zadanie 10.

Reakcją organizmu na prawidłowo wykonany masaż klasyczny jest

- A. poprawienie odżywienia mięśni.
- B. spowolnienie procesu rogowacenia naskórka.
- C. poprawienie agregacji komórek tłuszczowych.
- D. spowolnienie procesu regeneracji kości po złamaniu.

Zadanie 11.

Masażysta, aby wykonać masaż segmentarny okolicy krzyżowej i pośladka u pacjenta z rwą kulszową, powinien ułożyć go w pozycji leżenia

- A. przodem z poduszką pod brzuchem i wałkiem pod stawami skokowymi.
- B. tyłem z wałkiem pod stawami skokowymi i poduszką pod karkiem.
- C. na boku chorym z klinem pomiędzy stawami kolanowymi.
- D. na boku chorym z wałkiem pod wcięciem w talii.

Zadanie 12.

Pacjenta ze zmianami rozstrzeniowymi oskrzeli zlokalizowanymi w segmencie tylnym płata górnego prawego płuca należy ułożyć drenażowo

- A. na boku prawym, z rotacją do przodu pod kątem 45 stopni.
- B. na boku lewym, z rotacją do przodu pod kątem 45 stopni.
- C. w pozycji siedzącej, z pochyleniem tułowia do przodu.
- D. w pozycji siedzącej, z rotacją na bok.

Zadanie 13.

Struktura anatomiczna nazywana „gęsią stopą” znajduje się na

- A. przyśrodkowej powierzchni końca bliższego kości piszczelowej.
- B. przyśrodkowej powierzchni końca dalszego kości piszczelowej.
- C. bocznej powierzchni końca bliższego kości strzałkowej.
- D. bocznej powierzchni końca dalszego kości strzałkowej.

Zadanie 14.

Przyczep więzadła właściwego rzepki można zlokalizować palpacyjnie na

- A. wyniosłości międzykłykciowej kości piszczelowej.
- B. powierzchni rzepkowej kości udowej.
- C. guzowatości kości piszczelowej.
- D. głowie strzałki.

Zadanie 15.

Przeczulica skórna w segmentach Th7 - Th9 po stronie lewej, zaobserwowana podczas oceny pacjenta na potrzeby masażu segmentarnego, może świadczyć

- A. o dusznicy bolesnej.
- B. o chorobach żołądka.
- C. o chorobach wątroby.
- D. o zapaleniu przydatków.

Zadanie 16.

Do oceny przesuwalności tkanek powierzchownych i głębokich stosuje się

- A. opukiwanie Grugurina.
- B. technikę kulkową.
- C. technikę igłową.
- D. kresę Dicke.

Zadanie 17.

Pomiar obwodu wykorzystuje się podczas oceny

- A. ruchomości klatki piersiowej.
- B. skrócenia kończyny dolnej.
- C. ruchomości stawu.
- D. siły mięśni.

Zadanie 18.

Wadę postawy charakteryzującą się zwiększoną kifożą piersiową i zmniejszoną lordożą lędźwiową nazywa się plecami

- A. płaskimi.
- B. wklęsłymi.
- C. okrągłymi.
- D. wklęsło-wypukłymi.

Zadanie 19.

Zwyrodnienie pnia mózgu z towarzyszącym zniesieniem ruchów automatycznych oraz z drżeniem i sztywnością kończyn górnych związane jest

- A. z chorobą Parkinsona.
- B. z chorobą Huntingtona.
- C. z mózgowym porażeniem dziecięcym.
- D. ze stwardnieniem zanikowym bocznym.

Zadanie 20.

Trwale, postępujące ograniczenie wentylacji oddechowej z nasiloną przewlekłą odpowiedzią zapalną na szkodliwe czynniki środowiskowe nazywa się

- A. zapaleniem oskrzeli.
- B. rozstrzeni oskrzeli.
- C. samoistnym włóknieniem płuc.
- D. przewlekłą obturacyjną chorobą płuc.

Zadanie 21.

Zespół objawów w postaci nagłego bólu okolicy lędźwiowej, promieniującego do pośladka, tylnej powierzchni uda i podudzia oraz stopy nazywa się

- A. rwą udową.
- B. rwą kulszową.
- C. zablokowaniem stawów międzywyrostkowych.
- D. zablokowaniem stawów krzyżowo-biodrowych.

Zadanie 22.

W celu rozluźnienia tkanek przed zabiegiem masażu należy wykonać

- A. redresję stawów.
- B. krioterapię miejscową.
- C. naświetlania ultrafioletem.
- D. naświetlania lampą Sollux.

Zadanie 23.

Ćwiczenia bierne stawów objętych masażem należy wykonać w toku zabiegu

- A. w fazie utrwalającej części głównej zabiegu.
- B. w fazie początkowej części głównej zabiegu.
- C. w części wstępnej zabiegu.
- D. w części końcowej zabiegu.

Zadanie 24.

W leczeniu przewlekłego zapalenia oskrzeli zalecany jest masaż

- A. limfatyczny brzucha i klatki piersiowej.
- B. limfatyczny grzbietu i klatki piersiowej.
- C. klasyczny pobudzający mięśnie klatki piersiowej.
- D. klasyczny rozluźniający mięśnie klatki piersiowej.

Zadanie 25.

W leczeniu pourazowego obrzęku okolicy nadgarstka lewego powinna być stosowana metoda

- A. intensywnego masażu klasycznego kończyny górnej prawej.
- B. masażu wirowego wodnego lewego przedramienia i ręki.
- C. drenażu limfatycznego całej kończyny górnej lewej.
- D. ipsilateralnego masażu na kończynie górnej lewej.

Zadanie 26.

Kiedy masażysta powinien zastosować u pacjenta masaż klasyczny z wykorzystaniem odżywczych środków wspomagających?

- A. Po zwichnięciu stawu skokowego w okresie po zdjęciu unieruchomienia celem poprawy funkcjonowania skóry.
- B. W pierwszych dobach po zabiegu chirurgicznym w celu poprawy trofiki masowanego odcinka ciała.
- C. Po zerwaniu ścięgna Achillesa we wczesnym okresie w celu zmniejszenia wysięku zapalnego.
- D. W pierwszych dobach po udarze jako profilaktykę przeciwoleżynową.

Zadanie 27.

Masażysta chcąc uzyskać optymalny efekt rozluźniający tkanki w przebiegu remisji reumatoidalnego zapalenia stawów, powinien zastosować podczas masażu przede wszystkim technikę

- A. głaskania.
- B. ugniatania.
- C. rozcierania.
- D. oklepywania.

Zadanie 28.

Którą z wymienionych technik masażu klasycznego można wykonać u pacjenta po udarze, w obrębie porażonej ręki i stopy, po pierwszych kilku dobach od wystąpienia incydentu udarowego?

- A. Oklepywania.
- B. Wstrząsania.
- C. Ugniatania.
- D. Głaskania.

Zadanie 29.

Przeciwwskazaniem do wykonania masażu Shantala u miesięcznego niemowlęcia jest

- A. wystąpienie zmian skórnych w przebiegu atopowego zapalenia skóry.
- B. problem z układem pokarmowym w postaci przewlekłego zaparcia.
- C. obserwowane u dziecka zwiększone napięcie mięśniowe.
- D. obserwowana u dziecka asymetria ułożenia ciała.

Zadanie 30.

Który uraz obserwuje się w gimnastyce sportowej u sportowców ćwiczących na kółkach lub na drążku przy niewłaściwym doborze szerokości uchwytu?

- A. Skręcenie stawu skokowego.
- B. Złamanie kości promieniowej.
- C. Zwichnięcie stawu barkowego.
- D. Nadkłykciowe złamanie kości ramiennej.

Zadanie 31.

U kolarzy masaż startowy należy wykonać w obszarze kończyn dolnych z uwzględnieniem stawów skokowych i kolanowych oraz mięśni

- A. brzucha.
- B. grzbietu.
- C. klatki piersiowej.
- D. kończyn górnych.

Zadanie 32.

Który z masażów wykonywanych w środowisku wodnym jest przeciwwskazany u sportowca skarżącego się na ból mięśni po intensywnym wysiłku fizycznym?

- A. Masaż natryskiem biczowym.
- B. Masaż podwodny klasyczny.
- C. Masaż w kąpieli perełkowej.
- D. Masaż podwodny wirowy.

Zadanie 33.

Wykonując masaż treningowy u skoczków lekkoatletycznych, masażysta powinien przede wszystkim opracować mięśnie

- A. grzbietu i pośladków.
- B. kończyn górnych i karku.
- C. brzuchate łydek i płaszczkowate.
- D. czworogłowe uda i przywodziciele uda.

Zadanie 34.

Celem utrzymania mięśni w optymalnej gotowości startowej przed zawodami u biegacza krótkodystansowego, masażysta powinien wykonać

- A. krótki silny masaż całego ciała.
- B. delikatny masaż relaksacyjny całego ciała.
- C. masaż limfatyczny kończyn dolnych i obręczy miedniczej.
- D. masaż izometryczny kończyn dolnych i kończyn górnych.

Zadanie 35.

Środkiem, wspomagającym działanie masażu powysiłkowego mięśni podudzia u narciarza biegowego jest

- A. maść przeciwzapalna.
- B. oliwka ujędrniająca.
- C. żel przeciwbólowy.
- D. oliwka naturalna.

Zadanie 36.

U 25-letniej pacjentki, w celu osiągnięcia stanu odprężenia, rozgrzania, regeneracji i odżywienia skóry całego ciała, masażysta powinien zastosować masaż całościowy

- A. limfatyczny.
- B. stemplami ziołowymi.
- C. kosmetyczny z zastosowaniem olejku chłodzącego.
- D. klasyczny z zastosowaniem maści z kwasem salicylowym.

Zadanie 37.

W kosmetyce do likwidacji cellulitu wskazane jest wykonanie przez masażystę masażu

- A. gorącymi kamieniami bazaltowymi.
- B. pałeczkami bambusowymi.
- C. bańką podciśnieniową.
- D. stemplami ziołowymi.

Zadanie 38.

Środek wspomagający masaż, który należy zastosować u biegacza długodystansowego z zaobserwowanymi objawami przetrenowania sympatykotonicznego, to

- A. olejek rozmarynowy podczas masażu o charakterze pobudzającym.
- B. olejek lawendowy podczas masażu o charakterze rozluźniającym.
- C. maść rozgrzewająca podczas masażu o charakterze tonizującym.
- D. maść odżywcza podczas masażu o charakterze uspokajającym.

Zadanie 39.

Wykonując zabieg masażu klasycznego mięśni powierzchownych klatki piersiowej w celu relaksacyjnym, masażysta podczas głaskania głębokiego powinien kierować ruchy

- A. skośnie od linii środkowej w stronę stawu ramiennego.
- B. skośnie od linii środkowej do łuku żebrowego.
- C. poprzecznie od linii środkowej ciała w bok.
- D. wzdłuż linii środkowej ciała.

Zadanie 40.

Techniki rozcierania czoła, stosowanej w masażu kosmetycznym twarzy, **nie wykonuje się**

- A. ruchami okrężnymi w jednym paśmie z jednej strony na drugą.
- B. od linii łuków brwiowych do włosów w pasmach pionowych.
- C. ruchami okrężnymi zbieżnie z obu stron do środka czoła.
- D. od środka czoła do obu skroni w pasmach poziomych.